

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres merupakan bagian yang tak terhindarkan dari kehidupan.¹ Setiap manusia dari berbagai lapisan dapat mengalaminya, termasuk remaja SMA.^{2,3} Penyebab stres pada remaja SMA antara lain: tuntutan akademis yang terlampau berat, kegagalan menuntaskan tugas perkembangan, pengalaman masa lalu, konflik keluarga, konflik interpersonal, peristiwa kehilangan, hobi yang tidak tersalurkan, ketakutan gagal serta kehilangan harga diri, kondisi atau bentuk tubuh, dan lingkungan.⁴⁻⁸

Prestasi merupakan bukti keberhasilan dalam melakukan kegiatan belajar sesuai dengan bobot yang sudah dicapai.⁹ Prestasi yang buruk menggambarkan adanya tuntutan akademis yang terlampau berat atau kemampuan individu tersebut dalam beradaptasi yang kurang. Dalam hal ini, remaja akan membutuhkan bantuan ahli untuk membantunya menyelesaikan persoalan yang dihadapi.¹⁰

Menteri kesehatan memandang remaja sebagai sumber daya manusia yang potensial untuk menghadapi persaingan global, sehingga kualitas hidup remaja perlu ditingkatkan. Salah satu caranya yaitu dengan meningkatkan kesehatan intelegensia remaja. Hal ini melibatkan profesional-profesional dari berbagai bidang ilmu, seperti: neurolog, psikiatris, dan psikolog. Dinas kesehatan juga berperan dalam hal ini, yaitu

dengan menyiapkan konselor atau guru bimbingan dan konseling (BK) yang terlatih.⁸ Tugas seorang guru BK adalah melayani kebutuhan perkembangan dan penyesuaian diri anak, sehingga remaja yang mengalami gangguan dalam mengikuti kegiatan di sekolah akan dikonsulkan ke bimbingan dan konseling.¹¹

Sebagai guru BK, peningkatan prestasi akademis anak menjadi fokus utama pelayanannya¹¹, namun sesungguhnya perlu diketahui pula bahwa stres yang berlarut-larut dan dalam intensitas tinggi dapat menyebabkan penyakit fisik dan mental. Salah satu manifestasi psikologis terhadap stres adalah kecemasan yang akhirnya dapat semakin menurunkan produktifitas kerja dan memperburuk hubungan interpersonal.^{2,12} Berdasarkan data dari Riskesdas (2007) remaja yang mengalami kecemasan mencapai 11,8%.¹³ Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (KMK) No. 265/Menkes/SK/II/2010 tentang pedoman komunikasi otak untuk meningkatkan kesehatan intelegensia pada remaja, kecemasan yang timbul karena ketidakmampuan remaja memenuhi tugas perkembangan sebesar 47,7%.⁸ Data dari Riskesdas (2013) menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional secara nasional pada penduduk Indonesia dengan usia \geq 15 tahun sebesar 6,0% dan untuk Jawa Tengah sebesar 4,7%.¹⁴ Gejala kecemasan baik akut maupun kronik merupakan komponen utama bagi hampir semua gangguan psikiatrik.⁵ Kecemasan akan meningkatkan kemungkinan terjadinya depresi bahkan bunuh diri.^{8,15}

Kurangnya kepedulian masyarakat akan pentingnya upaya peningkatan kesehatan mental remaja dan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gejala kecemasan menyebabkan jarang dilakukan pemeriksaan dan pengukuran kecemasan pada remaja.^{8,16,17} Berdasarkan latar belakang inilah penulis mengadakan penelitian tentang “Hubungan Prestasi Remaja SMA yang Dikonsulkan ke Bimbingan dan Konseling dengan Kejadian Kecemasan” untuk mengetahui apakah ada hubungan antara prestasi remaja yang dikonsulkan ke BK dengan kejadian kecemasan.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke bimbingan dan konseling dengan kejadian kecemasan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui adakah hubungan antara prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke guru bimbingan dan konseling dengan kejadian kecemasan

1.3.2 Tujuan Khusus

- Mengetahui gambaran faktor demografi remaja SMA yang dikonsulkan ke bimbingan dan konseling
- Mengetahui gambaran prestasi remaja SMA yang dikonsulkan ke bimbingan dan konseling
- Mengetahui kejadian kecemasan remaja SMA yang dikonsulkan ke bimbingan dan konseling

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Membuka wawasan bagi masyarakat dan terutama bagi penanggung jawab bimbingan dan konseling sekolah tentang kecemasan yang mungkin dialami siswa-siswi SMA

1.4.2 Sumber acuan yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya bagi perkembangan ilmu pengetahuan yang lebih lanjut.

1.5 Orisinalitas

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Tya Anggreini. Hubungan antara Kecemasan dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika dengan Prestasi Akademik Matematika pada Remaja. Skripsi. Depok: Universitas Gunadarma, 2009. ¹⁸	<i>Product moment correlation coefficient Pearson</i> Subyek penelitian: 84 siswa SMUN Babelan Bekasi kelas XI Variabel Penelitian: kecemasan menghadapi mata pelajaran matematika, prestasi akademik matematika Alat ukur: kuesioner tertutup untuk mengukur kecemasan menghadapi mata pelajaran matematika, dan nilai rapor untuk mengukur prestasi akademik matematika	Terdapat hubungan yang negatif antara kecemasan dalam menghadapi mata pelajaran matematika dengan prestasi akademik matematika pada remaja, dimana semakin tinggi tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi mata pelajaran matematika maka semakin rendah prestasi akademik matematika pada remaja.

Fitriana Sistyaningtyas. Hubungan antara tingkat kecemasan dengan prestasi belajar matematika siswi kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Kayen Pati. Surakarta: Universitas Muhammadiyah, 2013 ¹⁹	Metode observasional analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Sampel penelitian: 66 responden diambil dengan teknik <i>simple random sampling</i> . Variabel penelitian: tingkat kecemasan, prestasi belajar matematika Alat ukur: kuesioner L-MMPI, dan kuesioner TMAS.	Dari hasil analisis data menunjukkan nilai p value < 0,05 yaitu sebesar 0,000 dan r 0,615 yang mempunyai nilai signifikan menunjukkan ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan prestasi belajar matematika siswi kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Kayen Pati.
Veronica Puspitaningrum S. Studi Deskriptif Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2007 ¹⁰	Metode deskriptif Sampel penelitian: 160 responden diambil dengan teknik <i>simple random sampling</i> . Variabel penelitian: tingkat kecemasan Alat ukur: kuesioner kecemasan	Kecemasan siswa SMP dalam menghadapi mata pelajaran matematika cenderung rendah.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya karena subyek penelitian adalah remaja SMA yang dikonsulkan ke guru BK dan penelitian dilakukan di SMA Kristen Tri Tunggal dengan menggunakan kuesioner *Revised Children's Manifest Anxiety Scale (RCMAS)* untuk menilai adanya kecemasan dan data guru BK berupa nilai laporan hasil belajar untuk menilai prestasi remaja yang dikonsulkan ke BK.